



First Teeth First



Guía para Sonrisas Saludables

# Table of Contents:

3. How Does a Cavity Form?
4. Early Childhood Cavities
5. Teeth Eruption Pattern
6. Abscess on Tooth
7. Saliva Sharing Activities
8. AAP Juice Recommendation
9. How Much Sugar is in Your Drink?
10. Sugars in Cereals
11. Sticky Chewy Candy
12. Bottles and Sippy Cups
13. Tips for Tooth brushing
14. Types of Toothpaste
15. Fluoride Cavity Protection
16. How Much Fluoride Toothpaste?
17. Expectant Mother
18. Visit the Dentist by Age 1

# ¿Cómo se forman las caries?



**CARBOHYDRATES**  
(starches and sugars)



**Bacteria**  
(from plaque)



**HEALTHY TOOTH**



**CAVITY!!!**

# Caries en la Infancia

**Dientes Primarios  
Sanos Normales**



**Manchas Blancas**



**Manchas Cafés**

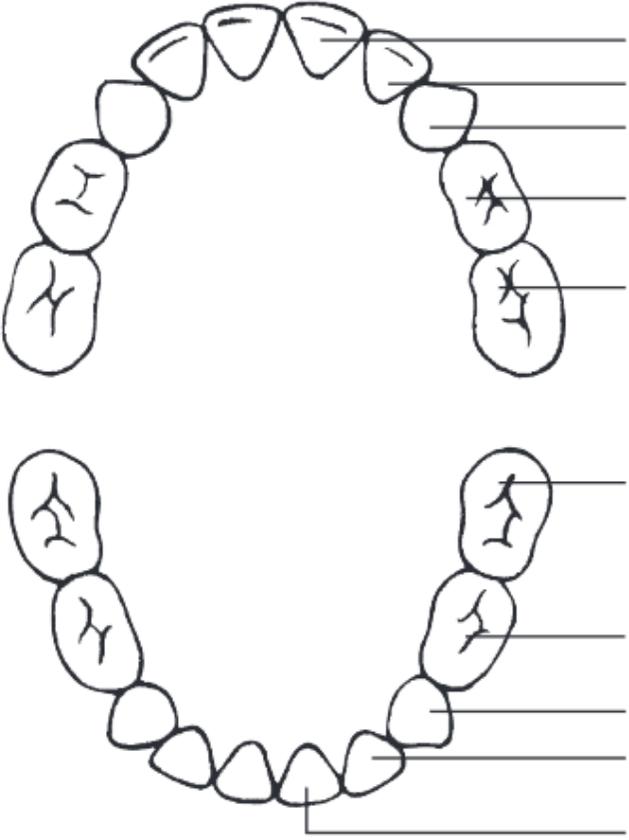


**Caries Severas**



# Erupción de los Dientes

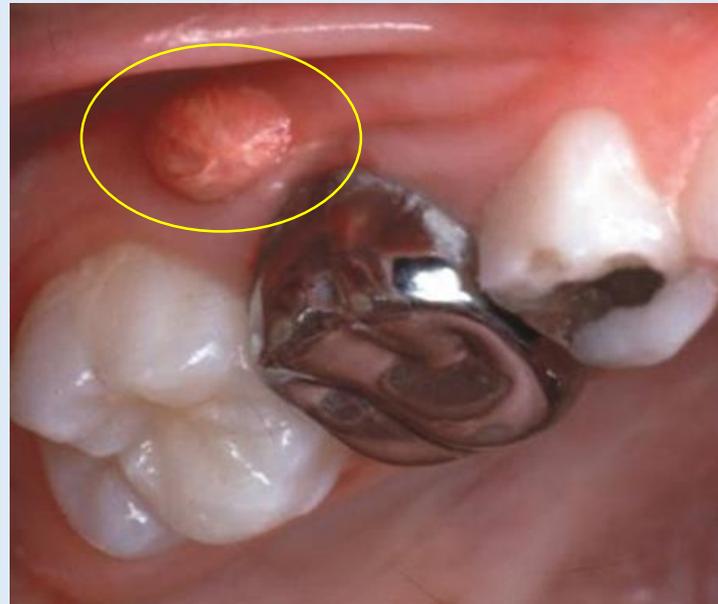
## Desarrollo Dental Primario



The diagram illustrates the eruption and shedding schedules for primary teeth in both the upper and lower arches. The upper teeth are shown in the top arch, and the lower teeth are shown in the bottom arch. Lines connect the tooth types to their respective eruption and shedding periods in the table.

| Upper Teeth     |  | Erupt      | Shed       |
|-----------------|--|------------|------------|
| Central incisor |  | 8-12 mos.  | 6-7 yrs.   |
| Lateral incisor |  | 9-13 mos.  | 7-8 yrs.   |
| Canine (cuspid) |  | 16-22 mos. | 10-12 yrs. |
| First molar     |  | 13-19 mos. | 9-11 yrs.  |
| Second molar    |  | 25-33 mos. | 10-12 yrs. |
| Lower Teeth     |  | Erupt      | Shed       |
| Second molar    |  | 23-31 mos. | 10-12 yrs. |
| First molar     |  | 14-18 mos. | 9-11 yrs.  |
| Canine (cuspid) |  | 17-23 mos. | 9-12 yrs.  |
| Lateral incisor |  | 10-16 mos. | 7-8 yrs.   |
| Central incisor |  | 6-10 mos.  | 6-7 yrs.   |

# Absceso en el Diente



# Evite Compartir:

- Chupon
- Popotes
- Utensilios
- Tazas/Vasos



# Recomendación de Jugo de acuerdo con la AAP

Las frutas enteras ofrecen más beneficios nutricionales que los jugos. Las frutas enteras también proporcionan fibra y otros nutrientes.

| Edad:             | Recomendación:  |
|-------------------|---|
| Menor de 12 meses | No le dé jugo de fruta de manera rutinaria a bebés menores de 12 meses, ya que no ofrece beneficios de nutrición a esta edad.                           |
| 1 a 3 años        | Limite el jugo de frutas a un máximo de 4 onzas por día (1/2 taza). No permita que su hijo ingiera una taza o una caja de jugo durante todo el día.     |
| 4 a 6 años        | Limite el jugo de frutas a un máximo de 4 a 6 onzas por día (1/2 taza a 3/4 taza). No permita que su hijo lleve una taza o caja de jugo durante el día. |
| 7 a 18 años       | Limite los jugos a 8 onzas por día (1 taza).  |



# ¿Cuánta Azúcar Hay en Tu Bebida?



# Azúcar en Cereales

## Cereales altos en azúcar



| Cereal             | Sugar per serving* (g) | Sugar amount (by weight) |
|--------------------|------------------------|--------------------------|
| Raisin Bran Crunch | 20                     | 38%                      |
| Cocoa Puffs        | 12                     | 44%                      |
| Froot Loops        | 12                     | 41%                      |

## Cereales bajos en azúcar



| Cereal                  | Sugar per serving* (g) | Sugar amount (by weight) |
|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| Cheerios                | 1                      | 4%                       |
| Corn Flakes             | 2                      | 7%                       |
| Shredded Wheat Original | 0                      | 0%                       |

\*1 Porción =  $\frac{3}{4}$  taza hasta 1 taza

# Evite Dulces Pegajosos



# Biberones y Vasos con Tapadera

- Solo agua a dormir
- No más de 4 oz de jugo al día
- Solo jugo/leche a la hora de la comida



Dejar de usar a la edad de un año



Dejar de usar a los 2 años



Introducir vasos a los 2 años.

# Consejos para Cepillar los Dientes

Limpie las encías de los bebés con un paño húmedo



Muestre a su hijo como cepillarse los dientes



**2** Minutos



**2** Dos Veces al Día

Ayude a su hijo a cepillarse los dientes



Hazlo divertido



# Tipos de Pastas de Dientes



Evite el uso de pastas de dientes sin fluoruro



Use pasta de dientes con fluoruro

# El Fluoruro esta Disponible en Distintas Formas



Barniz de Fluoruro



Agua con Fluoruro



Agua de la Llave



Pasta de Dientes con Fluoruro



Enjuague con Fluoruro

# ¿Cuánta Pasta de Dientes?



1-3 años tamaño de  
un grano de arroz



3+ años tamaño de  
un chícharo

# Recordatorios Importantes:

- Los dientes de leche son importantes
- Los niños deben ver a un dentista a la edad de un año o antes si el primer diente entra en erupción antes de los 6 meses de edad
- Las visitas al dentista deben realizarse cada 6 meses
- Los miembros de AHCCCS tienen beneficios dentales hasta los 21 años



***Necesita una cita con un dentista? Nosotros podemos asistirle!***

# El Cuidado Dental Durante el Embarazo es Seguro e Importante

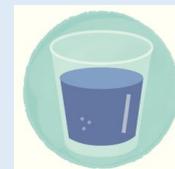
4 Maneras en que Puede dar a su Recién Nacido un Comienzo Saludable:



Haga y mantenga citas dentales cada 6 meses



Cepille con pasta dental con fluoruro al menos dos veces al día



Beba agua de la llave con fluoruro todos los días



Hable con un dentista o médico sobre las maneras de prevenir los problemas dentales



# References

*Page 3. – Photo Credit: DentalQuest Foundation et. Bostons Children’s Hospital. Risk Based Disease Prevention and Management of Early Childhood Caries (ECC) A partnership between families and care providers Flipchart.*

*Page 4. – Early Childhood Caries Chart - Source: American Academy of Pediatrics, Pediatric Oral Health Flip Chart and Reference Guide*

*Page 5. – Tooth eruption chart: Source - American Dental Association*

*Page 6. – NA*

*Page 7. – Photo Credit: iStock Photos*

*Page 8. – Juice Recommendation chart: Source – American Academy of Pediatrics*

*Page 9. – Photo Credit: DentalQuest Foundation et. Bostons Children’s Hospital. Risk Based Disease Prevention and Management of Early Childhood Caries (ECC) A partnership between families and care providers Flipchart.*

*Page 10. – NA*

*Page 11. – Photo Credit: DentalQuest Foundation et. Bostons Children’s Hospital. Risk Based Disease Prevention and Management of Early Childhood Caries (ECC) A partnership between families and care providers Flipchart.*

*Page 12. – Photo Credit: iStock Photos*

*Page 13. – Photo Credit: iStock Photos*

*Page 14. – NA*

*Page 15. – NA*

*Page 16. – Courtesy of the American Dental Association*

*Page 17. – Photo Credit: iStock photo*

*Page 18. – MCDPH*



— SUPPORTED BY —

 **FIRST THINGS FIRST**



**Maricopa County  
Public Health**  
[WeArePublicHealth.org](http://WeArePublicHealth.org)